

**Использование
здоровьесберегающих
технологий
на уроках английского языка
или «*Уроки без стресса*»**

Выполнили:
учитель английского языка
Кунцова И.А.

Причины плохого здоровья современного школьника:

- социально-экономические условия
- плохая экология
- безработица среди родителей
- преобладание у детей вредных привычек
- интенсификация учебного процесса
- использование новых форм и технологий обучения
- раннее начало систематического обучения

Как следствие всего этого

- снижение иммунитета
- рост количества заболеваний
- низкий уровень активности учащихся на уроках
- слабая успеваемость.

приоритетные задачи образования:

- сбережение и укрепление здоровья учащихся
- формирование у них установки на здоровый образ жизни
- выбор таких технологий преподавания, которые были бы адекватны возрасту учеников, устраняли бы перегрузки и сохраняли здоровье школьников

Здоровьесберегающие образовательные технологии

– это программы и методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни.

Выделяют несколько типов здоровьесберегающих технологий:

- **Здоровьесберегающие** (профилактические прививки, обеспечение двигательной активности, витаминизация, организация здорового питания);
- **Оздоровительные** (физическая подготовка, физиотерапия, аромотерапия, закаливание, гимнастика, массаж, фитотерапия, арттерапия);
- **Технологии обучения здоровью** (включение соответствующих тем в предметы общеобразовательного цикла);
- **Воспитание культуры здоровья** (факультативные занятия по развитию личности учащихся, внеклассные и внешкольные мероприятия, фестивали, конкурсы.)

Цель
здоровьесберегающих
образовательных
технологий – обеспечить
школьнику возможность сохранения
здоровья за период обучения в школе,
сформировать у него необходимые для
этого знания, научить использовать
полученные знания в современной
жизни.

**Главной задачей учителя
должно стать обеспечение
максимально благоприятной и
комфортной обстановки и
создание у детей
положительной
эмоциональной
настроенности на уроке.**

На своих уроках я использую:

- методы позитивной психологической поддержки ученика
- учёт индивидуальных особенностей учащегося и дифференцированный подход к детям с разными возможностями
- поддержание познавательного интереса к изучению английского языка
- принцип двигательной активности на уроке

Основные требования к уроку в условиях здоровьесберегающих технологий сводятся к следующему:

- Построение урока на основе закономерностей образовательного процесса.
- Оптимальное сочетание специфических принципов и методов обучения.
- Создание условий для продуктивной познавательной деятельности.
- Активизация развития всех сфер личности.
- Логичность и эмоциональность всех этапов деятельности.
- Использование средств здоровьесбережения: физкультминутки, подвижных игр.
- Формирование умения учиться, заботясь о своем здоровье.
- Мониторинг качества урока.

Гигиенические критерии рациональной организации урока английского языка (по Н. К.Смирнову)

№	Факторы урока	Уровень гигиенической рациональности Урока
1	Плотность урока	Не менее 60% и не более 80%
2	Число видов учебной деятельности	4-7
3	Средняя продолжительность различных видов учебной деятельности	Не более 10 минут
4	Число видов преподавания	Не менее 3
5	Наличие эмоциональных разрядок (число)	2-3

№	Факторы урока	Уровень гигиенической рациональности Урока
6	Место и длительность применения ТСО	В соответствии с гигиеническими нормами
7	Чередование позы	Учитель наблюдает за посадкой Поза чередуется в соответствии с видом работы учащихся
8	Физкультминутки	Две за урок, состоящие из 3 легких упражнений
9	Психологический климат	Преобладают положительные эмоции
10	Момент наступления утомления учащихся	Норма— за 5-10 минут до окончания урока.

Идеи педагогики оздоровления

Использование нестандартных

уроков:

Уроки-игры

Уроки-дискуссии

Уроки-соревнования

Театрализованные уроки

Уроки-консультации

Уроки с групповыми формами
работы

Уроки взаимообучения учащихся

Уроки творчества

Уроки- аукционы

Уроки -конкурсы

Уроки-обобщения

Уроки -фантазии

Виды разрядок:

- ❖ физкультминутки
- ❖ игра
- ❖ песня
- ❖ музыкальная пауза
- ❖ упражнения для коррекции осанки
- ❖ упражнения для глаз
- ❖ релаксация
- ❖ хромотерапия